

# S'ENTRAINER À LA LECTURE RAPIDE ET EFFICACE

PRO07



## STATUTS

Tout public

## PRÉREQUIS

La formation ne nécessite aucun pré-requis

## DURÉE

2 jours, soit 14 heures

## PUBLIC

Tout public

## TARIF

900 €

## CERTIFICATIONS

Une attestation de stage est systématiquement remise à l'issue de la formation conformément aux dispositions réglementaires.

## PROCHAINE(S) SESSION(S) :

**2024**

Besançon	Nous consulter
----------	----------------

**2025**

Besançon	Nous consulter
----------	----------------

## CE QUE VOUS ALLEZ APPRENDRE

Lire vite tout en retenant l'important.  
Gagner quotidiennement en efficacité professionnelle.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Lire plus rapidement un texte tout en le comprenant et en le mémorisant  
Savoir repérer les informations essentielles pour gagner en efficacité  
Retrouver l'appétit de lire

## PROGRAMME

### Diagnostic

Diagnostiquer ses points forts et ses points faibles

Déterminer sa vitesse de lecture actuelle

### Accélérer sa vitesse de lecture

Identifier ses freins

Supprimer la subvocalisation (lecture mentale d'un mot)

Le processus de lecture

### Choisir et adapter sa lecture à ses besoins

Le survol pour prendre rapidement connaissance de courriers, d'une masse de documents ou faire une revue de presse

Le repérage pour trouver une information ponctuelle

Entretenir ses yeux, les reposer

L'écrémage : saisir l'essentiel pour en faire une synthèse

L'approfondissement : analyser, synthétiser, mémoriser

### Traiter efficacement le support de lecture

Identifier l'architecture d'un texte

Prendre des notes

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Mise en situation collective, en sous-groupe

Echanges d'expériences

Apports théoriques

Présentation dynamique et ludique des apports théoriques.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

QCM ou étude de cas/mise en situation

Rejoignez-nous et suivez-nous sur :



#### BESANÇON

46, avenue Villarceau

25000 Besançon

Tél. : 03 81 25 26 06

#### BELFORT

1, rue du Docteur Fréry

90000 Belfort

Tél. : 03 84 54 54 84

#### VESOUL

1, rue Victor Dollé

70000 Vesoul

Tél. : 03 84 96 71 08

#### LONS-LE-SAUNIER

87, Place de la Comédie

39000 Lons-le-Saunier

Tél. : 03 84 86 42 07

Pour toute demande d'informations : [contact@sifco.eu](mailto:contact@sifco.eu)